El Zika y el embarazo

Lo que necesita saber sobre el virus del zika:

- El virus del zika puede ser transmitido de una mujer embarazada a su bebé.
- La infección con zika durante el embarazo puede causar malformaciones congénitas graves.
- El zika es una enfermedad que se propaga mayormente por la picada de una especie de mosquito *Aedes* infectado. Estos mosquitos pican durante el día y la noche.
- Usted puede contraer zika si viaja a un área donde hayan mosquitos infectados, como Puerto Rico, el Caribe y muchos países en América Central y del Sur. Consulte *www.cdc.gov/zika* para ver una lista actualizada de países donde hayan brotes.
- El zika puede propagarse de un hombre contagiado a sus parejas sexuales.

Síntomas del zika

La mayoría de las personas con zika no sabrá que lo tiene. La enfermedad es generalmente leve, con síntomas que duran de varios días a una semana.

Los síntomas más comunes son:

- Fiebre
- Sarpullido
- Dolor en las articulaciones
- Ojos rojos

Si usted o su compañero han viajado a un área con zika y usted desarrolla estos síntomas, consulte a su médico de inmediato.

Si está embarazada o quiere

- No viaje a áreas donde haya zika: visite *www.cdc.gov/zika* para conocer más.
- Si su **compañero** viaja a un área donde haya zika:
  - Use un **condón** desde el inicio hasta el final cada vez que tenga sexo (vaginal, oral o anal) o **no tenga nada de sexo** durante su embarazo.
  - Si no está embarazada, debería usar un condón durante los primeros 8 meses después de que él regrese o por 6 meses si él ha mostrado alguna vez síntomas del zika.
- Si debe viajar, informe a su proveedor de atención médica y siga los pasos para prevenir picadas de mosquitos (consulte el reverso de esta página).

Cómo prevenir picadas de mosquitos

Vista ropa protectora

- Use ropa liviana, camisas manga larga y pantalones.
- Trate la ropa con permetrina. La permetrina es un insecticida que mata mosquitos y otros insectos.
- Siga atentamente las instrucciones del producto.
- No use permetrina directamente sobre la piel.

Proteja a niños y bebés

- Cuando salga, cubra el cochecito y el cargador para bebés con un mosquitero.
- No use productos que contengan aceite de limón, eucalipto o para-mentano-3,8-diol en niños menores de 3 años de edad.
- No use repelente de insectos en bebés menores de 2 meses de edad.

Use repelente de insectos

- Use repelente de mosquitos cuando esté al aire libre.
- Use repelentes seguros y efectivos: *www.epa.gov/insect-repellents.*
- Es seguro usar repelente de insectos durante el embarazo.
- Siga siempre las instrucciones de la etiqueta.
- No lo rocíe en la piel debajo de la ropa.
- Si usa protector solar, póngase primero el protector solar y el repelente de insectos después.

Protéjase en ambientes cerrados

- Ponga mosquiteros en ventanas y repare cualquier agujero en los mosquiteros existentes. De ser posible, quédese en lugares con aire acondicionado.
- Duerma debajo de un mosquitero para camas si está en el extranjero o afuera y no puede protegerse de las picadas de mosquitos.

Ayude a mantener el zika fuera de Baltimore

Los mosquitos ponen huevos en y cerca de aguas estancadas que se encuentran en:

- Baldes
- Canaletas
- Neumáticos viejos
- Platos para mascotas
- Juguetes
- Basura
- Bebederos para pájaros y estanques

Asegúrese de que estos objetos no se conviertan en un sitio de reproducción para los mosquitos.

- Elimínelos o llévelos a espacios interiores
- Cúbralos
- Vacíelos una vez a la semana
- Trátelos con pastillas larvicidas (disponibles en
- ferreterías)

Si ve el agua estancada en su vecindario, eliminarlo o llame el 311 para reportarlo.

Consulte

health.baltimorecity.gov/zika-virus

y

www.cdc.gov/zika

para actualizaciones